

VANESSA B. BASTIDAS

La Voz De tu mente

El poder oculto detrás de tus
pensamientos

VANESSA B. BASTIDAS

La Voz De tu mente

El poder oculto detrás de tus
pensamientos

© 2025 Vanessa B. Bastidas. Todos los derechos reservados.

Este cuento ha sido escrito y publicado por su autora como contenido gratuito.

Está destinado exclusivamente para su lectura personal a través de los medios autorizados.

Queda estrictamente prohibida su venta, reproducción total o parcial, distribución o modificación por cualquier medio sin el consentimiento previo y por escrito de la autora.

Si deseas compartir esta obra, por favor hazlo a través del enlace oficial de su publicación original.

Oía esa extraña voz en mi interior, no sabía de qué se trataba todo, pero desde niño fui una persona poco extraordinaria, más bien por debajo de lo ordinario, prefería jugar solo y durante mi adolescencia me evité problemas porque siempre estaba mejor solo que mal acompañado. Ahora durante mi adultez, tengo que ser más sociable, porque es la única manera de sobrevivir a todo esto, en el trabajo te comen vivo si eres asocial y hay grupos que pueden tildarte de tóxico o peor aún de sociópata, así que es mejor mantener un perfil en equilibrio, no querrías que todos esos comentarios llegaran a los oídos de tu jefe; era sociable por obligación; con respecto a mi familia,

los visitaba muy poco, no tengo buena relación con mi padre y mi madre constantemente trata de que nos la llevemos mejor, así que resulta un poco agotador; en el caso de mis hermanos, cada uno está en sus cosas, tengo más contacto con mi hermano menor Anthony y tampoco lo veo a diario. Así que sí, las últimas semanas esa voz se ha convertido en mi mejor amiga, ha sido un poco extraño, porque por increíble que parezca, mi vida ha comenzado a mejorar, a pesar de que al principio pensaba que me estaba volviendo loco, resulta que mi nueva amiga me ha traído alegría y bienestar, por supuesto, desde que comencé a prestar atención, porque al principio hacia todo lo contrario.

—La narración de esta carta parece un poco dramática Iván.

«Pues yo creo que va muy bien. La verdad has mejorado mucho. Las últimas 8 terminaron en la papelería.»

—Realmente creo que las últimas 8 eran una mierda. No sé cómo expresarme con los demás, mucho menos hablarle a Anna sobre ti. Es muy extraño todo esto. Creo que es un error. ¿No es más sencillo si lo mantengo en secreto?

«Creo que debes hacer lo que consideres mejor para ti»

—Lo más seguro para mi es que me mantenga como siempre me he mantenido, oculto y detrás de mi vida. Sería más seguro para mí.

«Has dicho lo más seguro, pero eso no significa que sea lo mejor para ti. Debes hacer lo que sea mejor para ti. ¿Sabes lo que es?»

—Si, sé que es el amor.

«¿Entonces porque dudas?»

— ¡Porque no entiendo el por qué es importante contarle sobre ti, sobre nosotros!

«Pero Iván, tu fuiste el de la idea. Quieres contarle sobre mí, porque tienes la convicción de que tu vida ha mejorado desde que comenzaste a escucharme. Quieres compartirlo porque piensas que quizá eso puedo ayudar a Anna.»

—Si lo sé.

«Todos son especiales, no existe diferencia en ninguno»

— ¿Como puede Anna escucharte?

«Aún no logro que me escuche, a pesar, que también hablo con ella a diario. Tú me ayudarás en eso»

— ¿Cómo?

«Contándole sobre tu experiencia conmigo»

— ¿Entonces, esto si es idea tuya?

«No, eso fue tu idea. Muy buena de hecho. Has escuchado mis palabras y ellas te han ayudado en muchos sentidos.»

—No estoy seguro de eso. No logro salir de mí mismo. De mi soledad.

«Estas dando pasos importantes a tu ritmo. Querer ayudar forma parte de ti y eso es maravilloso.»

—Sí, pero aún no logro sacar todo lo que soy con los demás.

«Cada uno tiene su propio ritmo, incluso Anna. ¿Por qué quieres ayudarla?»

—Pienso que está perdida y no solo de ella, sino de su entorno. Ha estado en problemas serios con su salud, con su familia, entre otras cosas. Creo que si alguien no hace algo Anna podría terminar muy mal. No quiero que pase por una situación como esa.

«Entiendo. Entonces debes terminar tu carta.»

— ¿Qué pasa si no la lee?

«No debes preocuparte por eso. Solo debes encargarte de enviar el mensaje, lo demás lo haré yo.»

— Pero, si ella no logra escucharte ¿Cómo harás que la lea?

«Debes saber que no trabajo sola en todo esto. Los más cercanos a mí se harán cargo de que tu carta sea leída.»

— ¿Quiénes son esos más cercanos a ti?

«No estamos listos para esa conversación Iván. Pero debes saber que cada palabra de tu carta será leída con mucha atención. Como dije, no debes preocuparte por eso, solo envía el mensaje, tu ayuda será bien recibida. No debes sentir ningún tipo de miedo. ¿Recuerdas cuando me escuchaste por primera vez?»

— Si y fue aterrador. No quiero que la asustes.

«Mi intención jamás fue asustarte. Al contrario, mi intención siempre fue que sintieras gozo y alegría.»

— Si, lo comprendí después de muchos días.

«Anna también vivirá su propio proceso y a su ritmo. Como dije, no debes preocuparte por tal cosa. No es importante ahora. Tu tarea solo consiste en entregar un mensaje.»

—Lo entiendo. Pero aún no estoy seguro si esto es lo correcto.

«Eso es porque te empeñas en clasificar cada cosa en buena o mala y ya hemos hablado de que nada de eso existe, solo lo has creado tú en tu mente y tu pensamiento.»

— Si, pero Anna no lo sabe, entonces ¿Cómo puedes estar tan segura de que ella no lo verá como algo incorrecto?

«Porque conozco el corazón de Anna y sé que en su mente la cercanía y preocupación de las personas hacía ella no representan algo incorrecto. Ella está muy consciente de que solo quieren ayudarla. El problema es que ella no sabe cómo aceptar esa ayuda y eso es diferente.»

—Comprendo. Entonces debes por favor guiarme en cómo redactar mi carta. Porque ya he roto 8 cartas y creo que voy por la número 9.

«Tu dedicación está siendo valorada, tómalo para practicar lo que deseas explicar». Quizá si te animes hablarlo personalmente sea más sencillo.»

—Estoy seguro de que no. Personalmente no seré capaz de pronunciar ni media palabra frente a Anna o, mejor dicho, frente a nadie. Y menos algo tan personal.

«A pesar de las dificultades que tú mismo pones en tu camino, siempre has sabido cómo explicar las cosas que deseas comunicar. No tendrás problema alguno Iván. Solo debes continuar escribiendo.»

—Gracias por siempre alentarme.

«Estoy aquí para más que eso Iván. Siempre he estado, desde que eras niño he estado contigo, desde tu nacimiento, y estaré hasta que sea el momento de volver a tu hogar.»

—Gracias. Sinceramente no entiendo cómo fui capaz de escucharte.

«El maestro llega cuando el alumno está listo. Y lo estabas.»

— ¿Anna lo está ahora?

«Sí, ya está por comenzar este viaje. Al recibir tu carta y comenzar a leerla, sabrá que lo está. Aunque de inmediato no pueda reconocerlo. Lo mismo sucedió contigo. El proceso de Anna es muy diferente al tuyo.»

—Todo esto es una locura ¿Lo sabes?

«¿Por qué te parece que lo es?»

—Porque llegará un completo extraño a enviarle una carta contándole que habla con una voz que lo ayudó o está ayudando a salir de toda la mierda de vida que estaba llevando. Lo primero que me preguntaría sería ¿De dónde salió este loco?

«¿Crees de verdad que Anna piensa eso sobre ti?»

— Bueno hemos hablado un par de veces nada más. Y cosas muy puntuales, “hola” “¿Todo bien?” no más de eso. Soy un completo desconocido.

«Quizá desde tu punto de vista lo eres. Pero no has pensado que quizá Anna sabe más cosas de ti, así como tú sabes más cosas sobre ella. No eres el único que observa Iván.»

—Debo decir que tienes razón. Sin embargo, me sigue pareciendo una locura.

«¿Por qué sería mal cometer una locura?»

—Bueno, como sabes, en este mundo, este tipo de cosas y accionar son una locura.

«¿Qué es lo peor que puede pasar?»

—Que no la lea.

«Pero si de igual forma no estás seguro de enviarla ¿Cuál es el problema si no la lee?»

—Por qué entonces no podría ayudarla o al menos tratar de ayudarla.

«Creo que te contradices un poco Iván»

—Que difícil es luchar contra la duda.

«No lo es. Solo debes decidir y actuar. Nada más. Jamás lo sabrás si no lo intentas. Eso sería dudar aún más. No tienes nada que perder, al contrario, ganarás más de lo que esperas. Te he dicho, no debes preocuparte si la lee o no. Solo debes enviar el mensaje. Lo demás lo haré yo.»

—Lo que no entiendo es ¿Cómo será eso posible?

«No es necesario que lo sepas ahora Iván. Lo sabrás cuando tengas que saberlo. ¿Crees que no puedo hacerlo?»

—Sé que sí puedes. Me has demostrado que puedo confiar plenamente en lo que me dices, no dudo de tus capacidades. Solo quiero tener certeza.

«Eso que me dices es dudar de la certeza de que así será y hecho ya está Iván.»

— Hablas con tanta seguridad que es imposible no continuar. ¿Será un salto de fe?

«Todo es un salto de fe Iván. Has dado más saltos de fe de los que puedas si quiera imaginar. Esta no es la excepción.»

—Lo entiendo. Terminaré la carta y luego vemos si es la manera más idónea de comunicar el mensaje más importante. Escuchar tu voz.

«Lo has estado haciendo muy bien Iván. Continúa.»

Bueno Anna, como continuaba en mi relato. Antes no tenía ánimos para escuchar esa voz en mi interior que me decía constantemente que todo iba a estar bien. Mis pensamientos estaban girando entorno a una idea y esa idea se hacía cada vez más fuerte, pero a medida que esa idea fue creciendo, esa voz se hizo cada vez más firme. No estaba seguro de la decisión que estaba a punto de tomar, me daba miedo, estaba aterrado y sentía mucha angustia por todas esas personas que me

amaban de alguna forma. Así que, como no tenía nada que perder, comencé a darle cabida a esa voz en mi interior, que me repetía una y otra vez que todo estaría bien, que solo debía escuchar y dejarme guiar por su influencia. Debo admitir que fue muy difícil, pensé que efectivamente me estaba volviendo loco. Pero esa voz no me dejaba dormir, me invito a conversar de uno a uno, así que mientras me mantuviese hablando con ella, al menos mantenía el otro pensamiento oscuro lejos de mi foco principal, que como dije, me aterraba.

Comenzó hablándome de la vida, de lo hermosa que era, de las experiencias infinitas que tenía a mi disposición, cosa que para mí era absurdo, considerando como me sentía entonces. Solo me concentre en escuchar, trataba de que ningún pensamiento interrumpiera sus palabras, porque, pese a lo absurdo, sus palabras me generaban alivio, que sería duradero en el tiempo y en ese momento, prefería quedarme con esa

sensación y no la soledad que sentía. Luego me hablo de lo increíble que yo era, otra cosa sin sentido para mí; me comenzó a decir lo maravilloso que era mi corazón y mi forma de pensar, podrá parecer arrogante, pero de alguna forma me identificaba con sus palabras, siempre había sido bueno, trataba de ser bueno, solo estaba solo, pero siempre trate de vivir del lado bueno de la vida. Así que esta charla con ella continuó toda la noche, refuté muchas cosas Anna, me sentí inseguro todo el tiempo, sin embargo, de a poco fui avanzando en mi proceso y al darme cuenta, estaba sanando de alguna manera, esa voz interior me ayudó a sanar; y estoy seguro Anna, que tú también la escuchas, tú también puedes sentir algo mejor que todo lo que estas atravesando. Puedo contarte mucho más sobre mi voz cuando quieras Anna. Me ha alentado a escribirte esta carta, sin ningún interés más que compartir el mensaje de que puedas escucharla. Siempre está a tu disposición cuando

quieras. Si no sabes cómo hacerlo, podría ayudarte en eso, solo debes dar un salto de fe Anna, eso salvo mi vida. Aún no le he dado un nombre a mi voz, pero estoy seguro de que algún nombre debe tener toda esta locura y sé que se lee como una locura, pero, pienso que es la locura más hermosa con la que me he topado. Esta voz no me asusta, me alivia, al contrario de mis pensamientos más oscuros, esta voz me da paz, me calma, me ayuda a comprender un poco mejor todo lo que me rodea. Quizá ya la has escuchado y simplemente lo has dejado pasar, te invito a subir el volumen a tu voz interior Anna, porque ella está allí, no se irá a ningún lugar y lucha para que la escuches y puedas vivir lo que deseas.

Creo que es suficiente por ahora Anna, si deseas saber más, no dudes en contactarme, estaré cuando lo necesites. Esa voz, no es cualquier voz Anna, es la voz, la mejor voz que escucharás en tu vida, es tu voz más pura y noble, esa voz que te

lleva a ser mejor de lo que eres ahora. Y si somos honestos, todos anhelamos ser mejor cada día.

Atentamente,

Iván.

